

Что такое хорошо, что такое плохо?

Вся правда о мобильных телефонах



Авторы:
Махлай Никита и Адериho Артемий
Учащиеся: 7 «Б» класса, СШ№6

Мобильному телефону 45 лет

3 апреля 1973 года глава отдела мобильной связи совершил первый звонок в истории Человечества. Прогуливаясь по улицам Манхеттена, Мартин Купер решил позвонить по своему мобильному телефону в офис AT&T Bell Labs. Он стоял возле первой сотовой антенны, которая была установлена на одном из близстоящих небоскребов. Как вы думаете, кому Купер позвонил? Он позвонил своему конкуренту по имени Джоел Эйнджел. Прохожие сильно удивились, так как на тот момент ничего подобного никто не видел.

До появления коммерческой мобильной



Сегодня телефон в нашей жизни — это не редкость и не роскошь, хотя каких-то двадцать лет назад, было сложно представить, что даже маленькие дети будут ходить с трубкой в кармане. А если бы в то время кто-нибудь смелый решил бы пофантазировать и представил, что телефоны в скором будущем будут иметь – сенсорный экран, фотоаппарат, видеокамеру, радио, телевизор, интернет, навигатор... на такого бы человека посмотрели бы как на сумасшедшего.



Мобильный у школьника, это хорошо или плохо?

Родители покупают своему ребенку мобильный телефон для того, чтобы в любой момент иметь связь со своим чадом. Но можно без сомнения сказать, что для школьника сотовый телефон - это не только средство общения с родителями, а предмет, с помощью которого можно скоротать время на скучных уроках, поиграв в увлекательные игры, несколько раз позвонить друзьям и бесконечно хвастаться новомодной мелодией или картинкой, недавно закачанной на телефон перед своими друзьями.

Мобильные телефоны уже давно поселились в детских комнатах и школьных портфелях. **Это беспокоит и психологов, и врачей.** Причина очевидна: детский мозг особенно подвержен вредному воздействию электромагнитных полей сотовых телефонов, потому что толщина черепной коробки детей меньше, чем у взрослых.

Мобильные телефоны. Их плюсы

Связь: всегда можно связаться с окружающим миром, позвонить или написать родителям, друзьям;

Мессенджеры: Skype, Viber, Telegram...

Интернет: в свободное время можно выйти на свои любимые сайты, проверить почту, посмотреть последние новости?

Воспользоваться облачными технологиями

Музыка: наслаждаться любимыми песнями

Видеокамера: Фото, видео в хорошем качестве

Калькулятор: проводить различные расчёты

Приложения: Их теперь множество, напр. для учета своих финансов или изучения английского языка или контроля своих физических данных

Bluetooth: имея такую функцию на телефоне, можно передавать файлы, письма на расстоянии, при этом абсолютно бесплатно

Будильник: никогда не проспишь, заводя его

Календарь: заранее происходит оповещение у кого день рождения в ближайшие дни, что очень удобно

Игры Ну без этого никак!



Мобильные телефоны. Их плюсы

Чем полезен мобильный телефон для человека, попавшего в экстремальную ситуацию? Тот, кто попадал в сложные условия и обстоятельства (быть может, находился на волоске от смерти), знает какую пользу, несет сотовый телефон. Часто именно мобильные телефоны спасают людям жизни, оберегают их от опасности и помогают в трудных жизненных ситуациях.

За последние годы сотовые телефоны стали неотъемлемой частью нашей жизни. И это неудивительно, ведь высокий ритм жизни, реализация повседневных целей и задач диктует нам необходимость быть всегда на связи и иметь под рукой верного помощника.



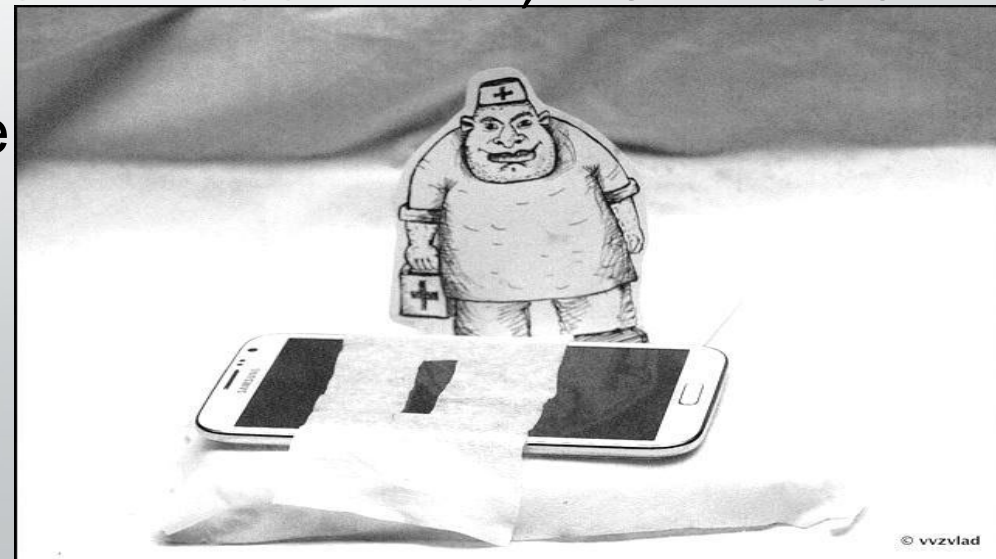
Мобильные телефоны. Их минусы

Как известно ничто не может приносить только пользу, поэтому стоит поговорить и о **вреде сотовых телефонов**.

Мобильный телефон, как и вся электронная техника, излучает вредное воздействие, которое называется SAR (англ. Specific Absorption Rate)—показатель, определяющий энергию электромагнитного поля, попадающую в ткани тела человека за одну секунду.

Чем больше в телефоне функций, тем, как правило, выше уровень SAR. В точности и наоборот. Так например, у XIAOMI Mi2S SAR=1.37, что является очень высоким и опасным.

Уровень SAR можно посмотреть на сайте <http://sar-mobile.blogspot.com.by>



Мобильные телефоны. Их минусы

Мобильные телефоны действительно влияют на здоровье человека и, по некоторым данным, вызывают онкологические заболевания.

Радиоволны от мобильных телефонов повреждают клетки в организме человека и изменяют его ДНК, а это напрямую связано с образованием онкологических опухолей, особенно в головном мозге. К такому выводу пришли ученые, работающие над проектом Reflex, в которой участвовали 12 научно-исследовательских институтов Европы. Цель которого — исследование воздействия мобильных телефонов на человеческий организм.

Мобильные телефоны. Их минусы

Эмбрионы умирают...

В Московском институте биофизики профессор Юрий Григорьев сделал два инкубатора. В каждый положил по 63 куриных яйца. Над одним «птичьим домиком» на высоте 10 см подвесили мобильник стандарта GSM. Телефон работал в таком режиме: 1,5 минуты включен, полминуты выключен. Нарушения эмбрионального развития начались на третий день. Вылупились лишь 16 птичек, которые «слушали» телефон! Но и они оказались нежизнеспособны. Для сравнения: в инкубаторе, где яйца не донимали звонками, без проблем появился на свет 51 птенец.

Мобильные телефоны. Их минусы

...дети тормозят...

Алан Прис, глава отделения биофизики Бристольского онкологического центра, на полчаса дал телефоны ребятам 10 - 11 лет. У половины они работали в режиме разговора, у других были отключены. А потом ученый провел нейрофизиологические тесты. У тех, кому достались включенные мобильники, все реакции оказались замедленными. Другой эксперимент показал, что даже после двухминутной беседы у подростков 11 - 13 лет меняется биоэлектрическая активность мозга. В норму она приходит лишь через два часа. Что это значит? У ребенка меняется настроение, он хуже воспринимает материал на уроке, если во время переменки болтал по сотовому.



Мобильные телефоны. Их минусы

...а у взрослых закипает кровь

Венгерский биолог Турочи попросил 76 добровольцев сделать два звонка, по 7,5 минуты каждый. Организм задрожал всеми фибрами: изменились биотоки мозга, замедлилось мозговое кровообращение, упало артериальное давление. Врачи зафиксировали у испытуемых беспокойство и стресс.

А российский профессор Игорь Беляев, работающий в Стокгольмском университете, включал телефон рядом с пробирками с человеческой кровью. Через час кровь в нескольких из них «закипела»! «Нет, она не нагревалась, - объясняет исследователь. - Но клетки крови, лимфоциты, вели себя, как если бы у человека был очень сильный жар - 44 градуса». Эффект «теплового шока» сохранялся 72 часа.

Мобильные телефоны. Их минусы

Доктор Хаджиме Кимата из японского госпиталя „Унитика” (г. Токио) считает, что микроволны, излучаемые сотовыми телефонами, могут стимулировать деятельность антигенов - веществ, вызывающие аллергические реакции - в крови человека, страдающего аллергией.

Недавно венгерский ученый Имре Фейес из Университета Сегеда, обследовав 221 добровольца на протяжении 13 месяцев, и выявил изменение ДНК, что может спровоцировать рождение уродов и детей с врожденными пороками. При этом необязательно много говорить по нему, достаточно просто носить его с собой – в кармане брюк или на ремне.



Мобильные телефоны. Их минусы

Сотрудники Института высшей нервной деятельности и нейрофизиологии РАН недавно обнаружили, что самым высоким уровнем излучения бывает в момент поиска сети. Они также отметили, что мобильник, работающий в режиме ожидания, способен сократить и расстроить самые важные фазы ночного отдыха.

Если вы пользуетесь мобильным телефоном как обычным домашним телефоном, то есть неограниченное время, ваш иммунитет под угрозой.



Мобильные телефоны. Их минусы

Ученые считают, что возникающая у некоторых людей психологическая зависимость от МРТ сильнее, чем компьютерная зависимость. У психологов уже появились термины: «мобильная зависимость», «SMS-мания».

Да, мобильная связь вызывает привыкание. У кого-то – не более чем прочие блага цивилизации, но для некоторых связь становится болезненным пристрастием. Потребность без необходимости отправлять ежедневно десятки СМС - сообщений подобна наркомании. Иногда такая зависимость может потребовать вмешательства психотерапевта.

Вот некоторые возможные признаки такой зависимости:

- мобильник в прямом смысле не выпускается из рук
- человек постоянно что-то делает с телефоном: звонит, отправляет смс, перечитывает сообщения, смотрит фотографии, играет.
- даже ночью телефон всегда рядом.

Мобильные телефоны. Их минусы

Мобильные телефоны отрицательно влияют и на наше зрение. В результате электромагнитного облучения головы ухудшается кровообращение глаз. Хрусталик глаза хуже омывается кровью, что со временем приводит к его помутнению и дальнейшему разрушению. Эти изменения необратимы. Данный процесс сопровождается резью в глазах и шумом в голове. И еще, согласно последним исследованиям, длительное фокусирование взгляда на небольших экранах сотовых телефонов вблизи глаз перенапрягает глазные мышцы, чем вызывает необратимые негативные изменения глаза человека. **Тем более влияет это воздействие на неокрепшее зрение ребенка!**





Мобильные телефоны. Их минусы

- И ещё: телефон, лежащий возле тарелки, уже давно - норма. Но это не просто невоспитанность, это может быть опасным для вашего здоровья.
- В следующий раз, когда вы вдруг почувствуете себя нехорошо, склонившись над едой, задумайтесь, что всему виной может быть ваш мобильный телефон. Микробиологи университета Аризоны пришли к выводу, что смартфоны переносят больше бактерий, чем унитазаы.
- Ещё больше информации о вредном воздействии излучений от мобильного телефона можно получить по данной ссылке:
- <https://www.youtube.com/watch?v=q6e3erOioJg>



Советы по использованию

мобильного телефона:

- При выборе телефона, учитывайте уровень излучения SAR (это уровень излучения мобильного телефона). Помните, **чем меньше значение SAR**, тем менее опасен мобильный телефон.
- Говорите по телефону **не более 10 минут** в день. Снимайте при разговоре очки с металлической оправой. Она отражает излучение и увеличивает вредное воздействие не только на ухо, но и на глаза.
- Желательно звонить через систему «hands free». Тогда мобильник отдаляется от головы, и снижается влияние поля на мозг или то пусть хотя бы не подносите телефон к голове, пока вам не ответили.
- Слушайте музыку через наушники **не более 10 – 15 минут**.
- Смотрите на дисплей телефона не более 15 минут. Соблюдайте **правило «1,2,10»**. Это правило заключается в том, чтобы держать телефон на расстоянии одного фута, то есть, около 30 см от лица, экран компьютера должен быть на расстоянии двух футов, а телевизор — десяти футов. **Моргайте чаще**.
- Не используйте телефон в машине, самолете и других видах наземного и воздушного транспорта, так как это приводит к сбою приборов техники и увеличению электромагнитного воздействия. Также в лифте.
- Не держите мобильный телефон под подушкой и в руках, когда спите, желательно, чтобы он был на расстоянии **более 1 м** или **хотя бы вытянутой руки**.
Не оставляйте включенным функцию Bluetooth **более 5 минут**.

Советы по использованию мобильного телефона.

- Не носите телефон в кармане или на шнурке, а держите на столе или в сумке, чтобы избежать раковых опухолей.
- Старайтесь не использовать телефон в учебных заведениях. См. [Правила пользования мобильным телефоном в школе.](#)
- Пользуйтесь проводной гарнитурой для уменьшения вредного воздействия.
- Контролируйте уровень заряда аккумулятора, при слабой зарядке – уровень излучения сотового аппарата возрастает.
- Выбирайте место, где уровень сигнала связи больше. При слабом сигнале – уровень излучения телефона возрастает.
- Почаще протирайте телефон гигиенической салфеткой.

Пользователи мобильных телефонов!

Уважайте друг друга и соблюдайте простые правила этикета!

- Необходимо выключить личный мобильный телефон в тех случаях, когда использование радиосвязи может подвергнуть опасности жизнь других людей (летательные аппараты, операционные медицинские комплексы и т.п.).
- Следует воздерживаться от использования мобильного телефона во время управления транспортом.
- Следуя элементарным нормам приличия, необходимо выключать телефон или переводить его в беззвучный режим на спектаклях, киносеансах, музеях, выставочных залах, во время церемоний и ритуалов **и конечно на уроках!**

Сегодня ученые и правительства многих стран призывают родителей обратить внимание на опасные игрушки. В Англии была проведена целая акция, чтобы рассказать людям о вреде мобильных телефонов. В каждую коробку с сотовым телефоном клали три брошюры: о влиянии на здоровье, о базовых станциях и «сотовый телефон и водитель автомобиля». Британцы также советуют вообще не давать в руки телефон детям моложе 8 лет.

Европейский парламент еще в 2001 году рекомендовал всем членам Евросоюза запретить малышам пользоваться мобильными устройствами. А также изъять из продажи игрушечные телефоны и убрать **рекламу этого вида связи**.

Врачи Германии пошли еще дальше. Они предложили ввести на мобильные телефоны **запрет**, аналогичный запрету на курение. То есть не разрешать пользоваться сотовыми аппаратами в детских садах, школах, больницах, местах проведения массовых мероприятий, общественных зданиях и в общественном транспорте.

А в Бангладеше Министерство по охране окружающей среды обещало поощрять семьи, в которых детям запрещают пользоваться сотовыми телефонами.

Спасибо за внимание!

Надеемся, что сведения, полученные вами, помогут вам внимательнее относиться к своему здоровью и выполнять рекомендации пользования мобильными

Берегите себя!

